

---

Angka kejadian yang mempengaruhi terjadinya dismenorea pada siswi kelas IX

---

## LAPORAN PENELITIAN

ANGKA KEJADIAN YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA  
DISMENOREA PADA SISWI KELAS IX DI SMP MUTIARA II JAKARTA UTARA  
PERIODE APRIL 2014“Sudarmi, SST”  
ABSTRAK

**Latar Belakang** : Beberapa penelitian menunjukkan bahwa angka kejadian dismenorea yang cukup tinggi pada remaja. Hasil studi epidemiologi di USA, diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenorea, dan 10–15% diantaranya mengalami dismenorea berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Jurnal Occupation And Environmental Medicine, 2008). Telah diperkirakan bahwa lebih dari 140 juta jam kerja yang hilang setiap tahunnya di Amerika Serikat karena dismenore primer (Schwarz, 1998). Di Indonesia sendiri angka kejadian dismenore 64,25%, terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenorea yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas atau kegiatan sehari-hari. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita, sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan (Prawirohardjo, 2010).

**Tujuan** : Untuk mengetahui angka kejadian yang mempengaruhi dismenore pada siswi kelas IX di SMP Mutiara II Jakarta Utara periode Maret-April 2014

**Metode Penelitian** : Penelitian ini menggunakan desain analitik melalui pendekatan kuantitatif dengan analisa data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan perangkat lunak komputer, Pengumpulan data primer tertulis melalui kuesioner dengan jumlah populasi sebesar 50 siswi, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh yaitu dengan besaran sample sejumlah populasi yang ada sebanyak 50 siswi.

**Hasil Penelitian** : Berdasarkan hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara usia menarche ( $p=0.005$ ;  $OR=6.944$ ), lama haid ( $p=0.002$ ;  $OR=8.444$ ), status gizi ( $p=0.014$ ;  $OR=4.533$ ), kegiatan berolahraga ( $p=0.023$ ;  $OR=3.857$ ).

**Kesimpulan** : Terjadinya dismenore pada siswi kelas IX di SMP Mutiara II Jakarta Utara adalah sebesar 92,0% dan terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dan dismenore serta kegiatan berolahraga dengan dismenore.

**Saran** :

1. Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi wanita khususnya yang berhubungan dengan pencegahan dismenorea serta mampu menanggulangnya.
2. Menjadikan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi guna menambah koleksi kepustakaan serta dapat dijadikan sebagai bahan penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci** : Dismenore, usia menarche, lamanya haid, status gizi, kegiatan berolahraga  
**Daftar Pustaka** : 20 buku (2002-2013) dan 7 situs internet

## PENDAHULUAN

Dismenore merupakan nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha. Dan merupakan masalah ginekologis yang paling umum dialami wanita baik wanita dewasa maupun wanita pada usia remaja (Ningsih, 2011). Penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa dismenorea dialami oleh 30%-50% wanita usia reproduksi dan 10%-15% diantaranya kehilangan kesempatan bekerja, mengganggu kegiatan belajar di sekolah dan kehidupan keluarga (Paramita, 2010).

Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi dismenorea yang cukup tinggi pada remaja. Angka kejadian dismenore di Dunia sangat besar rata-rata dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri haid (Anonim, 2009). Hasil studi epidemiologi pada populasi remaja berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat, Klein dan Litt melaporkan prevalensi dismenore 59,7% dengan nyeri haid berat sebanyak 12%, nyeri sedang 37%, dan nyeri ringan 49% (Anurogo, 2011). Selain itu, beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia didapatkan prevalensi dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Ningsih, 2011 dikutip dari Info sehat, 2008).

Dismenore yang dirasakan oleh kebanyakan remaja putri disebabkan oleh banyak faktor. Menurut Laila, 2011 sebagian dokter beranggapan bahwa nyeri haid (dismenorea) terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Sedangkan menurut Anurogo.2011 Penyebab lain dari dismenore adalah haid pertama pada usia amat dini, periode haid yang lama, status gizi, dan kegiatan fisik (berolahraga).

Karena masih tingginya kejadian dismenorea pada remaja putri. Maka peneliti

melakukan studi pendahuluan pada tanggal 18 Maret 2014 di dua SMP yang berbeda yaitu SMP 244 dan SMP Mutiara II Jakarta Utara dengan jumlah sampel 40 siswi. Berdasarkan studi pendahuluan tersebut diperoleh hasil siswa yang mengalami dismenorea di SMP Mutiara II Jakarta Utara sebanyak 35 siswi (87,5%) dan yang tidak mengalami dismenorea sebanyak 5 siswi (12,5%). Sementara itu, di SMP 244 Jakarta Utara diperoleh hasil 25 siswi (62,5%) mengalami dismenorea dan 15 siswi (37,5%) tidak mengalami dismenorea.

Karena belum adanya penelitian di SMP Mutiara II Jakarta Utara, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang angka kejadian yang mempengaruhi dismenore pada siswi kelas IX Di SMP Mutiara II Jakarta Utara Periode 18 Maret - 21 April 2014 karena masih tingginya siswi yang mengalami dismenorea.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik melalui pendekatan kuantitatif dengan analisa data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan perangkat lunak komputer dengan program SPSS versi 20 dengan pengumpulan data primer tertulis melalui kuesioner dengan jumlah populasi sebesar 50 siswi. Data disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisa dengan menggunakan uji chi square. Pada hasil pengolahan data dilakukan analisis yaitu analisis univariat dan bivariat. Adalah langkah mengeksplorasi data dari suatu variable, biasanya dilakukan untuk meringkas data menjadi ukuran tertentu.

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dengan proporsi dari masing-masing variable yang diteliti. Analisis bivariat dilakukan dengan bantuan perangkat lunak computer SPSS versi 20 untuk mengetahui hubungan bermaknaan antara variable independen dan dependen.

## HASIL PENELITIAN

### Tabel Analisa Univariat

Variable & Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dismenoreia		
Ya	22	44
Tidak	28	56
Usia menarche		
<12 tahun dan >14 tahun	13	26
12 tahun-14 tahun	37	74
Lama haid		
>7 hari	31	62
>3-7 hari	19	38
Status gizi		
Gizi tidak baik	29	58
Gizi baik	21	42
Kegiatan berolahraga		
Tidak baik	25	50
Baik	25	50

### Tabel Analisa Bivariat

Variable	Dismenoreia			P value	OR (95%) CI
	Kurang n (%)	Baik n (%)	Total n (%)		
Usia menarche					
,12 tahun dan >14 tahun	10 (76.9%)	3 (23.1%)	13 (100)	0.005	6.944 (1.069–29.972)
12-14 tahun	12 (32.4%)	25 (67.6%)	37 (100)		
Lama haid					
>7 hari	19 (61.3%)	12 (38.7%)	31 (100)	0.002	8.444 (2.022–35.262)
3-7 hari	3 (15.8%)	16 (84.2%)	19 (100)		
Status gizi					
Gizi tidak baik	17 (58.6%)	12 (41.4%)	29 (100)	0.014	4.533 (1.303–15.772)
Gizi baik	5 (23.8%)	16 (76.2%)	21 (100)		
Kegiatan berolahraga					
Tidak baik	15 (60%)	10 (40%)	25 (100)	0.023	3.857 (1.180–12.606)
Baik	7 (28%)	18 (72%)	25 (100)		

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Mutiara II Jakarta Utara Periode April-Mei 2014 didapatkan besar sampel yang telah ditentukan yaitu sebesar 50 siswi. Adapun variabel yang diteliti adalah dismenore, usia menarche, lamanya haid, status gizi, dan kegiatan berolahraga. Pada bab ini akan diuraikan pembahasan mengenai masing-masing variabel yang diteliti menurut teori dan hasil penelitian.

### 1. Dismenore

Dari hasil penelitian didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang mengalami tidak mengalami dismenore sebanyak 28 siswi (56%). Dan frekuensi terendah diperoleh pada kelompok siswi yang mengalami dismenore sebanyak 22 siswi (56%).

### 2. Usia Menarche

Dari hasil penelitian terjadinya dismenopre berdasarkan usia menarche didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki usia menarche 12-14 tahun sebanyak 37 siswi (74%) dan frekuensi terendah diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki usia menarche <12 tahun dan >14 tahun sebanyak 13 siswi (26%).

P value yang didapatkan sebesar 0,005 maka disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada siswi kelas IX dengan usia menarche. Dalam teori juga menyatakan bahwa remaja putri yang mendapatkan menarche pada usia < 12 tahun atau > 14 tahun akan mengalami dismenore (Anurogo, 2011).

### 3. Lamanya Haid

Berdasarkan hasil penelitian, frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki lamanya > 7 hari sebanyak 31 siswi (58%) dan frekuensi terendah diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki lamanya haid 3-7 hari sebanyak 19 siswi (38%) dengan P value didapatkan sebesar 0.002. Maka disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada siswi kelas IX dengan lamanya haid. Dalam teori juga menyatakan dismenore dapat terjadi pada remaja putri yang mengalami haid pada waktu yang lama (Anurogo, 2011). Menurut Trisian, 2010 dikutip dari Bare dan Smeltzer,

2002 lama menstruasi lebih dari normal (7 hari) akan mengalami dismenore.

#### 4. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki status gizi tidak baik sebanyak 29 siswi (58%) dan frekuensi terendah diperoleh pada siswi yang memiliki status gizi baik sebanyak 21 siswi (42%).

P value yang didapatkan sebesar 0.014 maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada siswi kelas IX dengan status gizi. Dalam teori juga menyatakan dismenore banyak terjadi pada remaja putri yang memiliki status gizi tidak baik (Anurogo, 2011). Hal ini disebabkan karena banyak remaja putri yang senang mengonsumsi makanan dan minuman cepat saji, jarang mengonsumsi makanan empat sehat lima sempurna. Pada makanan atau minuman cepat saji sangat sedikit mengandung kalsium, besi, riboflavin, asam folat, vitamin A dan C sementara kandungan lemak jenuh, kolesterol, dan natrium tinggi. Semakin banyak lemak semakin banyak pula prostaglandin yang dibentuk, sedangkan peningkatan kadar prostaglandin dalam sirkulasi darah sebagai penyebab dismenore.

#### 5. Kegiatan Berolahraga

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh baik pada kelompok siswi yang memiliki kegiatan berolahraga tidak baik dan pada kelompok siswi yang memiliki kegiatan berolahraga baik memiliki nilai yang sama 25 siswi (50%).

P value yang didapatkan sebesar 0.023 maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada siswi kelas IX dengan kegiatan berolahraga. Dalam teori juga menyatakan kejadian

dismenorea akan meningkat dengan kurangnya aktivitas selama menstruasi dan kurangnya olah raga. Hal ini dapat menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun. Dampak pada uterus adalah aliran darah dan sirkulasi oksigen pun berkurang dan menyebabkan nyeri (Trisian, 2010 dikutip dari Medicastore, 2004).

#### KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dimulai dari BAB I sampai BAB VI mengenai Gambaran Kejadian yang mempengaruhi terjadinya dismenore pada siswi kelas IX di SMP Mutiara II Jakarta Utara pada tanggal 15 April 2014 dan mengetahui hubungan masing-masing variabel dengan terjadinya dismenore pada siswi kelas IX di SMP Mutiara II Jakarta Utara, diambil sampel yaitu 50 siswi kelas IX dan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Dari 50 siswi kelas IX SMP Mutiara II Jakarta Utara, diperoleh 22 siswi (44%) yang mengalami dismenore dan 28 siswi (56%) yang tidak mengalami dismenore.
2. Distribusi frekuensi terjadinya dismenore berdasarkan usia menarche didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki usia menarche 12-14 tahun sebanyak 25 siswi (67.6%) dan nilai  $p= 0.005$  terdapat hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada remaja dengan usia menarche di SMP Mutiara II Jakarta Utara pada tanggal 15 April 2014
3. Distribusi frekuensi terjadinya dismenore berdasarkan lamanya haid didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki lamanya haid 3-7 hari sebanyak 16 siswi (84.2%) dan nilai  $P= 0.002$  terdapat hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada remaja



dengan lamanya haid di SMP Mutiara II Jakarta Utara pada tanggal 15 April 2014

4. Distribusi frekuensi terjadinya dismenore berdasarkan status gizi didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki status gizi baik sebanyak 16 siswi (76.2%) dan nilai  $p = 0.014$  terdapat hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada remaja dengan status gizi di SMP Mutiara II Jakarta Utara pada tanggal 15 April 2014
5. Distribusi frekuensi terjadinya dismenore berdasarkan kegiatan berolahraga didapatkan frekuensi tertinggi diperoleh pada kelompok siswi yang memiliki kegiatan berolahraga baik sebanyak 18 siswi (72%) dan nilai  $p = 0.023$  terdapat hubungan yang bermakna antara terjadinya dismenore pada remaja dengan kegiatan berolahraga di SMP Mutiara II Jakarta Utara pada tanggal 15 April 2014

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. 2004. *Nyeri Haid Pada Remaja*. <http://perawatpsikiatri.blogspot.com/2009/03/dismenore-nyeri-pada-saat-menstruasi.html>.
- Admin. 2005. *Menstruasi dan Penanganan Dismenoreia*. Cermin Dua Kedokteran.No.133/2005
- Adriani, dkk. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Agustianingsih, Kristina. 2010. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore*. <http://kitinszone.blogspot.com/2010/07/faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-21.html>
- Almatsir, dkk. 2011. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Gramedia Pustaka Umum
- Amini, Raisa . 2011. *Pengaruh perokok Pasif Terhadap Kejadian Dismenore Primer*. dari [http://dglib.uns.ac.id/pengguna.php?mn=detail&d\\_id=21423](http://dglib.uns.ac.id/pengguna.php?mn=detail&d_id=21423)
- Anurogo, dr. Dito. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Jogjakarta : ANDI
- Arifin, S. 2008. *Nyeri Haid*. Jakarta : EGC
- Arikunto, Dr.Suharsimi 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Departemen Pendidikan Nasional. 2012. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Edisi Keempat. Jakarta : Gramedia Pustaka Umum
- Devi, Nirmala. 2012. *Gizi Saat Sindrom Menstruasi*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2009. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/104/jtptunimus-gdl-virafatmas-5166-3-bab2.pdf>
- FKUI. 2011. *Kamus kedokteran*. Jakarta
- Laila, Nur Najmi. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta : Bukubiru
- Manan, El. 2011. *Miss V*. Yogyakarta : Bukubiru
- Manuaba, Ida Ayu. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta : EGC

- Ningsih, Ratna. 2011. *Efektifitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri pada Remaja dengan Dismenore di SMAN Kecamatan Curup*. Depok
- Rejeki,S. 2009. *Kesehatan Reproduksi Remaja*. dari <http://drhandri.wordpress.com/2008/05/14/kesehatan-reproduksi-remaja/>
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : RinekaCipta
- Shadine, Mahnnad. 2012. *Penyakit Wanita Pencegahan, Deteksi Dini, & Pencegahannya*. Yogyakarta : Citra Pustaka Yogyakarta
- Paramita, Dyah Pradnya. 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea dengan Perilaku Penanganan Dismenorea Pada Siswi SMK YPKK 1 Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta
- Santoso. 2008. *Angka Kejadian Nyeri Haid Pada Remaja Indonesia*. dari <http://www.info-sehat.com/insidelevel2.asp?artid=758>
- Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Trisian, Ita. 2009. *Perbedaan efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dengan kompres hangat terhadap penurunan dismenorepada remaja putrid di SMA Negeri 15 Semarang*. Semarang